

بال لمبے اور گھنے  
چند دنوں میں

## بال لمبے کرنے کا ٹوٹکا

رات پانی میں اٹلی ڈال کر بھگو دیں اور پھر صبح اس پانی سے اپنے بال دھولیں۔ بال دھونے کا یہ عمل کم از کم ایک ہفتہ ضرور کریں۔ اس کے ساتھ ناریل یا بادام کے تیل سے سر کی مالش بھی کرتے رہیں۔ اس عمل سے سر کے بال لمبے ہوں گے۔

### ﴿بالوں کو لمبا کرنے کے طریقے﴾

لمبے بال خوبصورتی کی علامت سمجھے جاتے ہیں اور ہر عورت کی دلی خواہش ہوتی ہے کہ اس کے بال لمبے گھنے اور مضبوط ہوں کیونکہ لمبے بال اسکی خوبصورتی اور دلکشی میں چار چاند لگا دیتے ہیں۔ صدیوں سے خواتین بالوں کو لمبا کرنے کے طریقے پر عمل کرتی رہی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنے بالوں کو لمبا کرنا چاہتی ہیں تو متوازن غذا کا استعمال کریں کیونکہ غذا میں موجود وٹامنز اور پروٹین بالوں کی افزائش اور صحت کیلئے نہایت مفید ہیں اور بالوں کی لمبائی اور خوبصورتی میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

### بالوں کی حفاظت

بالوں کی حفاظت کیلئے کنڈیشنر کا استعمال بہت زیادہ اہمیت کا حامل ہے۔ اس کے لئے انڈہ، دہی بہترین کنڈیشنر کا کام دیتے ہیں۔ ایک انڈہ اور ایک کپ دہی لیں اور ان دونوں کو مکس کر کے بالوں میں لگائیں۔ دو گھنٹے بعد بالوں کو دھولیں۔ بالوں کی حفاظت اور خوبصورتی کیلئے ضروری ہے کہ آپ بالوں کو خشکی سکری سے محفوظ رکھیں کیونکہ ہر مہینے بالوں کی گروتھ تقریباً 1/2 سے 1/4 انچ تک ہوتی ہے لیکن خشکی کی وجہ سے بالوں کی گروتھ رک جاتی ہے۔ اس لئے خشکی کو دور کرنے کیلئے سرسوں کے خالص تیل میں انڈے کی زردی مکس کر کے بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال نرم و ملائم اور خشکی سے پاک ہو جائیں گے۔ یہ تیل تقریباً ایک گھنٹے تک لگا رہنے دیں۔

## بالوں کو لمبا کرنا

لمبے بال خوبصورتی کی علامت سمجھے جاتے ہیں اور ہر عورت کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ اس کے بال لمبے ہوں۔ بال لمبے کرنے کا ایک بہترین دمی نسخہ یہ ہے کہ بیری کے پتوں کی جھاگ ہفتے میں دو بار استعمال کی جائے۔ اس سے بال لمبے ہو جاتے ہیں یا ناریل کے تیل میں لیموں کا عرق ملا کر دن میں تین چار مرتبہ مساج کریں یا نیم کے پتوں کو اچھی طرح سے ابا ل کر اس کے پانی سے سردھوئیں۔ چائے کے بنانے کے بعد اس کی پتی کونہ پھینکیں بلکہ اس میں اور پانی ڈال کر جوش دے لیں اور پھر اسی کے پانی سے سردھوئیں تو بال لمبے اور چمکدار ہوں گے۔ ایک دوسرا نسخہ یہ ہے کہ آملہ ایک پاؤسیکا کائی ایک پاؤ ریٹھے ایک پاؤ لے کر سب کو الگ الگ پیس لیں۔ جب بھی بال دھونے کے لیے بیٹھیں تو ایک کلو پانی میں تینوں سفوفوں کا ایک ایک بڑا چمچ ڈال کر ابا ل لیں۔ جب پانی آدھے کے قریب خشک ہو جائے تو نیچے ہوئے پانی سے دھولیں۔ کچھ دیر بعد صاف پانی لے کر اس سے بالوں کو دھولیں۔ اس طریقے سے آپ کے بال لمبے ہو جائیں گے۔ جو کہ خوبصورتی کی علامت سمجھے جاتے ہیں۔

[Install Our other apps](#)

## بالوں کا الگ الگ نظر آنا

اگر آپ چاہتے ہیں کہ بال دھونے کے بعد الگ الگ نظر آئیں تو بالوں کی جڑوں میں دودھ کا ہلکا سا مساج کرنا چاہتے اس کے بعد نیم گرم پانی میں لیموں کا رس نچوڑ کر بالوں میں ڈال دیا جائے تو بال جھڑنے بند ہو جائیں گے اور الگ الگ نظر آئیں گے۔

## آواز سریلی بنانے

آواز میں کھڑکھڑاہٹ ہو تو آپ روزانہ نیم گرم پانی میں نمک ڈال کر غرارے کیا کریں۔

## بدن کی خشکی دور کرنے کے لیے

گھی تھوڑا سا نمک ملا کر بدن پر مالش کرنے سے بدن کی خشکی دور ہو جاتی ہے۔

## بالوں کی خشکی دور کرنے کے لیے

ناریل کے روغن میں لیموں کا رس ذرا سا ملا لیجیے اور اسے سر پر مالش کیجئے چند روز ایسے ہی کیجئے سر کی خشکی ختم ہو جائے گی۔

## بالوں کو نرم و ملائم بنانا

اگر آپ اپنے بالوں کو ملائم کرنے کے متھی ہوں تو غسل کرنے سے پہلے بالوں میں تیل لگائیں اور اس کے بعد غسل کریں۔ اس سے آپ کے بال نہ صرف ملائم ہوں گے بلکہ ان کی جڑیں بھی مضبوط ہوں گی۔

[Install Our other apps](#)